Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №15" ул.Кольцевая 49
_____ /Рыбчинская Т.Ф./

МЕНЮ

8 июля 2026 г.

Сад 10,5

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	2,6	3,4	16,2	106	0,2
2008	13	ПОВИДЛО	9			6,2	25	0
2008		БАТОН	17	1,3	0,5	8,7	45	0
2012	396	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,6	4,9	10,1	104	0,8
Итого			**386**	**8,5**	**8,8**	**41,2**	**280**	**1**
II Завтрак								
		НАПИТОК ИЗ ФРУКТОВОЙ СМЕСИ	100			3	13	0,5
Итого			**100**			**3**	**13**	**0,5**
Обед								
		ЩИ С МОРСКОЙ КАПУСТОЙ СО СМЕТАНОЙ	180	1,3	1,7	9,9	60	4,9
2008	259	ГУЛЯШ	50	3,1	8,9	2,3	102	0,4
2012	315	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,1	1,3	22,4	113	0
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			4	16	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	12			25	46	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	13	3,7	11,4	22	77	0
Итого			**565**	**11,2**	**23,3**	**85,6**	**414**	**5,3**
Уплотненный полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	22,9	13,9	8,6	256	0,3
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,4	0,9	1,9	17	0,1
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5	20	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,9	0,2	13,5	58	0
Итого			**375**	**25,3**	**15**	**29**	**351**	**0,4**
Всего				**45**	**47,1**	**158,8**	**1058**	**7,2**